

L'illusion de la séparation...



par Ginette Forget

Tant que je vais me vivre comme étant séparé, je vais vivre dans la dualité.

« Si je lâche ça, est-ce que je vais mourir ? » Ça, c'est juste une idée, une pensée.

C'est le mental. C'est une image ! C'est une histoire !

C'est comme si je rentrais dans le film et que je pensais que le film est la réalité ; comme si j'oubliais que le film ne peut être projeté qu'à partir d'ici (de Soi).

Comme on aime avoir raison, on préfère très souvent entretenir ces scénarios là, plutôt que de revenir Ici-Maintenant, dans cette seule réalité qui soit. Il n'y en a pas d'autres.

C'est comme si on avait une erreur de perception majeure de tout projeter sur l'extérieur et de croire que « ça » (l'extérieur), c'est la réalité.

Imaginez ce terrain là, ici, cet Ici-Maintenant... FRAIS ! Dans cette fraîcheur de l'Instant. Parce que, d'un instant à l'autre, on ne sait pas ce qui va se passer. TOUT passe ! Une seule chose reste : l'Amour ! Ça, ça ne passe pas.

Mais est-ce qu'on se vit comme étant séparé ou est-ce qu'on se vit comme étant Ici, à la maison ?

Ce qui est magnifique, c'est que plus cette texture de la vie est goûtée, plus tout ÇA, ici (en Soi) se sent en sécurité, peut se poser... là. On le sent ! Et on sent qu'un regard neuf arrive. Oui ! C'est comme un autre regard qui arrive, qui est là et qui permet de voir autre chose que ce que j'ai connu jusque maintenant !

L'ACTE même de VOIR est complet !

Très souvent, on est tellement pris dans la séparation, on croit tellement que ÇA est réel, qu'on a oublié que la seule réalité qui soit, c'est Ici-Maintenant.

Les yeux d'un nouveau né, c'est comme l'univers entier. Tu ne peux pas imaginer que, ce nouveau né, il arrive de nulle part. Il est PLEIN de vie ! C'EST la VIE !!!

C'est pareil à la dernière expiration, on voit que le corps vient de s'éteindre mais il y a la vie qui est Là !... Là. Plus forte souvent que lorsque la personne était vivante.

Extraits de la vidéo : L'illusion de la séparation...

Transcrite avec Amour par Dominique Lahaut